

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش مهارت های مقابله ای بر افسردگی و بهزیستی روانشناختی نوجوانان دختر

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی پژوهش در علوم رفتاری و اجتماعی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

الهه مقنی باشی بهاباد - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

نگار اصغری پور - عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد

خلاصه مقاله:

با توجه به اهمیت روانشناسی مثبت نگر و مهارت های کارآمد مقابله ای بر سلامت روان افراد به خصوص نوجوانان، این مطالعه با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت های مقابله ای بر افسردگی و بهزیستی روانشناختی دانش آموزان دختر پایه اول دبیرستان شهرستان قاین انجام گردید روش کار: جامعه آماری این کارآزمایی بالینی شامل تمام دانش آموزان دختر پایه اول دبیرستان شهرستان قاین بود که با روش نمونه گیری تصادفی ساده تعداد 56 نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه 33 و 32 نفری آزمون 8 جلسه آموزش مهارت های مقابله ای و شاهد قرار گرفتند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه افسردگی بک (2) و بهزیستی روانشناختی ریف بود. بعد از جمع آوری اطلاعات، داده ها با آمار توصیفی و استنباطی و نرم افزار SPSS نسخه 88 تحلیل شدند نتایج: آموزش مهارت های مقابله ای موجب اختلاف معنیدار بین دو گروه آزمون و شاهد در نمره کل افسردگی ($p=0/001$) و بهزیستی روانشناختی ($p=0/001$) و تمام مولفه های آن به جز تسلط بر محیط و هدفمندی گردید. نتیجه گیری: به نظر می رسد که آموزش مهارت های مقابله ای می تواند تاثیر مثبتی بر نمره افسردگی و نمرات بهزیستی روانشناختی در دانش-آموزان دختر نوجوان داشته باشد

کلمات کلیدی:

افسردگی، بهزیستی، روانشناختی، مهارت های مقابله ای،

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/490259>

